PLAN D'ENTRAÎNEMENT · HOCKEYSCHULE | PHASE F1/F2

Transport d'objets 2

Forme caractéristique: Conduire le puck de manière variée et adaptée à la situation de jeu

ÉLÉMENT CLÉ / ACCENT	GROUPE CIBLE ET PHASE
Transport d'objets 2	**Hockeyschule (Phase F1/F2)**

Cadre pédagogique et objectifs

Description de l'objectif

Les enfants apprennent à conduire différents matériaux avec leur canne. Ils découvrent que la conduite est plus ou moins facile ou difficile selon le matériau utilisé.

Points d'enseignement

- Tiens la canne des deux mains.
- Essaie de garder les bras devant le corps.

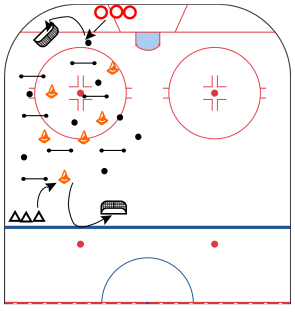
Questions de développement

- Comment dois-tu tenir ta canne pour réussir à conduire le matériel ?
- Comment fais-tu pour ne pas perdre le matériel ?

INTRODUCTION (8 MIN)

Débarrasser la mer de ses déchets

Forme d'introduction

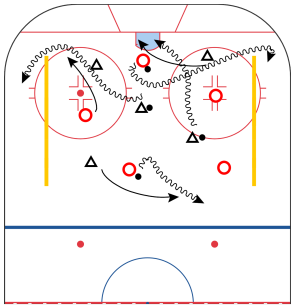


Forme de base	Du matériel traîne partout. Pour que les poissons de la mer se portent bien, il faut ramasser les déchets et les déposer dans la poubelle la plus proche (les buts). Comme matériel, on peut utiliser p. ex. des pucks, des bâtons ou des bouteilles en PET.
Plus facile	Sans obstacles supplémentaires (bateaux) qui bloquent le chemin.
Plus difficile	Deux équipes essaient de ramasser plus de déchets que l'équipe adverse.

RETOUR AU CALME (8 MIN)

Le jeu du récif corallien

Jeu final

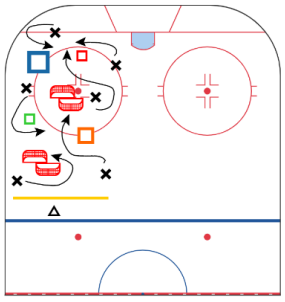


Forme de base	Le récif corallien est construit avec les Toblerones. Deux équipes sont formées. Les enfants (les poissons) doivent déposer les pucks (les algues à manger) derrière le récif corallien. Selon le nombre d'enfants, trois à quatre pucks sont en jeu. Dès qu'un puck est déposé derrière le récif corallien, un nouveau puck entre en jeu.
Plus facile	Utiliser moins de pucks simultanément en jeu et marquer un récif corallien plus grand comme cible.
Plus difficile	Une entraîneure ou un entraîneur joue le rôle du « courant » et essaie de retirer les pucks aux enfants juste avant le récif corallien.

PARTIE PRINCIPALE (4 POSTES, 40 MIN)

Le requin monstre

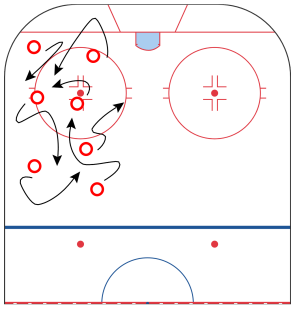
Poste 1



Forme de base	Le requin monstre dort derrière le récif corallien. Les poissons nagent dans la mer profonde et ramassent des pierres brillantes. Soudain, le requin monstre surgit de derrière le récif corallien et essaie d'attraper les poissons. S'ils atteignent la ligne de fond, ils sont en sécurité. Ensuite, le requin retourne derrière le récif corallien.
Plus facile	Les poissons peuvent se cacher dans les buts. Aucun matériel supplémentaire n'est utilisé. À la place des pucks, on utilise de petits pneus ou des anneaux en mousse.
Plus difficile	Plusieurs requins sont déjà en jeu dès le début.

Banc de poissons

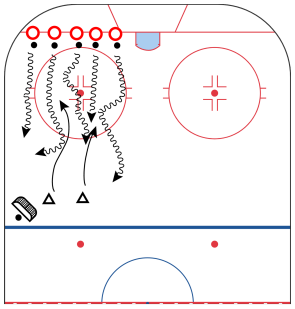
Poste 2



Forme de base	Les jeunes poissons nagent à travers la mer. Ils doivent apprendre à réagir à des informations afin de pouvoir ensuite nager en ordre dans le banc de poissons. Comme matériel, on peut utiliser des pucks, des anneaux en mousse ou des pneus.
Plus facile	Utiliser moins d'informations différentes et les exercer d'abord ensemble sans matériel.
Plus difficile	Enchaîner les informations plus rapidement ou intégrer des changements de direction supplémentaires.

Le grand requin blanc 2.0

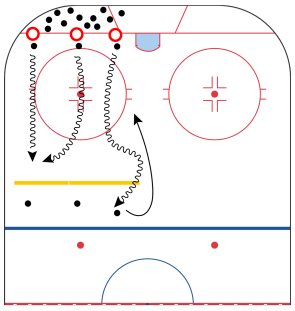
Poste 3



Forme de base	Un ou plusieurs enfants sont le requin, les autres enfants sont les poissons qui doivent protéger leur écaille brillante. Le jeu fonctionne comme le jeu du grand requin blanc classique. Le requin doit toutefois aussi toucher le poisson. Ensuite, le poisson dépose le puck ou un autre objet dans le but et devient à son tour le requin.
Plus facile	Jouer avec un anneau en mousse. Il n'y a toujours qu'un seul enfant qui est le requin.
Plus difficile	Placer des Toblerones sur le terrain comme récifs coralliens, qu'il faut contourner.

Le poisson le plus rapide

Poste 4



Forme de base	Les poissons doivent essayer d'amener leur nourriture d'algues le plus rapidement possible derrière le récif corallien. Un nombre déterminé d'algues est prévu pour chaque enfant. Qui aura ramassé le plus de nourriture à la fin ?
Plus facile	Ne pas jouer sous forme de relais, mais mettre simplement des pucks à disposition, qui sont transportés.
Plus difficile	Des algues rampantes supplémentaires (des enfants debout) essaient, par un mouvement de balayage de la canne, d'empêcher les poissons de nager.

Cette planification d'entraînement est un projet. Tes retours sur le contenu, la faisabilité et la mise en page sont les bienvenus. Contacte directement Emanuel Frei : emanuel.frei@sihf.ch